

**Club des  
RANDONNEURS DE LA CHA**  
93, place de l'Eglise  
74230 DINGY SAINT CLAIR

**Site Internet**  
randonneursdelacha.com

# La vie du Club des RANDONNEURS DE LA CHA



## VOS CONTACTS

En raison de nouvelles règles de confidentialité pour la protection des personnes et conformément à la RGPD (voir article page 2), les contacts des responsables du club comme des animateurs n'apparaissent plus avec leurs coordonnées téléphoniques ou courriels. En revanche vous pouvez accéder à ces informations sur l'espace adhérent.

<b>Président</b> Bernard ROUFFIAC	<b>Secrétaire</b> Louis BOYER	<b>Licences</b> Thérèse QUAY-THEVENON	<b>Référente Séjours Voyages</b> Nicole HUET
<b>Vice-présidente</b> Michelle THOME	<b>Secrétaire/Communication</b> Anne Marie PERRILLAT	<b>Marche Nordique</b> Michelle THOMÉ	<b>Sentiers – Ski de fond</b> Bernard ROUFFIAC
<b>Trésorière</b> Evelyne MARCHAND	<b>Commission Programme</b> Gérard MONGELLAZ Daniel THOMÉ	<b>Country</b> Evelyne MARCHAND Chantal JOUVENOD	<b>Formation</b> François TESSIER
<b>Trésorier adjoint</b> Bruno PUECH		<b>Commission Séjours-Voyages</b> Muriel DAL GOBBO	<b>Fêtes</b> Simone ANTHOINE MILHOMME Mauricette DONZEL-GARGAND François TESSIER

### Edito

« Je randonne ! »

Combien de fois n'ai-je pas entendu :  
« Alors tu fais quoi, mardi ? » « Je randonne ! »

Il me traverse l'esprit de vérifier si ce verbe existe bien ou si c'est du domaine de l'usage. Je « plonge » dans le vieux dictionnaire (Larousse de 1905) qui traîne sur l'étagère, je ne trouve pas ce verbe. Tiens donc, qu'existait-il à cette époque où la marche était une activité plus pratiquée que de nos jours ?

« Randonnée » en revanche est bien inscrit. Me voilà rassuré, mais son sens ne m'éclaire guère : « Vient de l'allemand rondon : mouvement impétueux ! ».

Je change de dictionnaire et prends celui de 2005 (du même éditeur !). Le verbe y est inscrit cette fois-ci, son sens : « Pratiquer la randonnée ». Me voilà satisfait, je parle correctement la langue française.

Je poursuis et lis la définition du mot randonnée : « Vient du vieux français randir, courir rapidement ! ».

Quelle drôle d'évolution pour un même mot, d'une origine allemande à une origine française !

Au fond, peu importe l'origine, l'essentiel est de pratiquer la randonnée dans le bon sens. Lequel ? Me direz-vous. Le bon ! Celui qui mène vers les sommets bien sûr !!

### Au cours du 1<sup>er</sup> trimestre 2019



#### Sortie nocturne au Bouchet Mont Charvin

Samedi 16 mars, 51 personnes se sont retrouvées pour participer à la sortie au clair de lune. Nous avons eu la chance d'avoir une soirée exceptionnellement claire et douce.

Le car nous ayant déposé au col de l'Epine, nous avons fait un circuit sur Nantbellet (Beau Ruisseau), petit hameau au-dessus de Saint-Ferréol. Il manquait la neige, mais les « handicaps » dus au mauvais temps des jours précédents ont pimenté le parcours.

Après cette randonnée, un repas copieux et chaleureux au « Relais du Mont Charvin » a permis de prolonger la soirée. Farcement et omelette norvégienne, ont unanimement été appréciés. Un grand merci à Marie-Thé pour une organisation parfaite, ainsi qu'à tous ceux qui ont contribué à la réussite de cette activité annuelle.

Au cours du 1<sup>er</sup> trimestre 2019 (suite)

Randonnées hebdomadaires

Cette première partie de l'année s'est révélée favorable en raison de conditions météorologiques favorables. Au bilan c'est un total de 14 sorties sur le trimestre, réparties de la manière suivante : 4 en Janvier, 4 en Février et 6 en Mars. Une moyenne de 19 personnes par randonnée avec un pic (hors sortie nocturne) pour la journée fondue en janvier avec 34 participants. Pour la journée fondue, ambiance chaleureuse. Un grand merci à Claire et Bruno PUECH pour leur accueil.

Un grand merci aussi à nos animateurs qui ne manquent pas d'idées pour nous emmener découvrir de nouveaux secteurs, proposer des sorties de niveaux de difficultés pour tous (4 niv.2, 7 niv.3, 2 niv.4 et 1 niv.5) et qui s'adaptent à toutes les conditions afin que les sorties soient maintenues.

16<sup>ème</sup> Assemblée Générale



67 membres du club (pour 87 adhérents) ont participé à la 17<sup>ème</sup> assemblée générale du club le 13 janvier 2019, avec la présence de Hubert JOUVENOD représentant la municipalité, de Jean GALLAY représentant le CDRP 74, de Jean-Luc BARDET président « d'AT CHARVIN » de Jacques BOUILLOT président de « Marche en Filières », clubs voisins, et Michel BONIVARD, président d'honneur.

Des remerciements appuyés à tous les bénévoles du club pour leur engagement ont été formulés par Bernard ROUFFIAC, le président.

Cette soirée conviviale grâce notamment à ceux qui ont apporté leur contribution pour le repas de l'AG a permis de revivre à travers les reportages diapos ou vidéos, les séjours voyages, les sorties (au nombre de 49 en 2018, en progression par rapport à l'année précédente) et les activités festives de l'année.

A noter que le club essaye de satisfaire la totalité de ses adhérents par un choix équilibré des niveaux de randonnée. Pour la première année la présentation de la synthèse a été réalisée sous la forme ci-après :

	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3	Niveau 4	Niveau 5
1 <sup>e</sup> trimestre	/	3	11	1	2
2 <sup>e</sup> trimestre	/	5	10	3	2
3 <sup>e</sup> trimestre	/	5	10	2	5
4 <sup>e</sup> trimestre	/	8	4	4	1
<b>TOTAL</b>		<b>21</b>	<b>35</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
<b>Cotation</b>	<b>Facile</b>	<b>Assez facile</b>	<b>Peu Difficile</b>	<b>Assez Difficile</b>	<b>Difficile</b>

*Nota : Plus de 70% des sorties proposées sont de niveaux 2 et 3.*

Merci aux nouveaux membres et à ceux qui ont quitté le CA après avoir œuvré quelques années en son sein.

Retrouvez toutes les informations de cette AG sur le site du club.



Règlement Général de Protection des Données - RGPD

Publié en 2016, il est entré en application en mai 2018. C'est un règlement de l'union européenne.

Il constitue le **texte de référence en matière de protection des données à caractère personnel**.

Il renforce et unifie la protection des données pour les individus au sein de l'Union Européenne.

Dans ce cadre, est ajoutée la mention suivante dans les formulaires d'inscription :

« J'accepte que mes données personnelles soient conservées par le club et utilisées par la FFR ».

Ces données ne sont utilisées que pour les besoins du traitement de l'inscription, dans le strict cadre de leur gestion interne et sans transmission à des organismes tiers.

Sur demande écrite (courriel), ces données seront effacées, lorsque l'adhérent quitte le club.

Pour être cohérent avec ce souci de protection des données, il est rappelé que l'**emploi du « CCI » pour les destinataires** dans l'envoi des messages est à privilégier.



## Assemblée générale du Comité Départemental de la Randonnée Pédestre 74 !

Le CDRP 74 œuvre au profit de la randonnée et des clubs au niveau du département.

Bernard et Louis ont représenté le club lors de l'AG 2018, le 2 mars 2019. **A retenir :**

- Réduction sans précédent des subventions (-10700€). Elle est à l'origine d'une augmentation d'1€ pour la licence au titre de la FFRP et de 2€ pour le CDRP en 2020 (votée en séance par 2/3 des voix pour) ;

- La rando carte est remplacée par le rando Pass et la licence comité (info sur le site CDRP 74) ;

- De nouveaux partenaires ont rejoint la fédération (Allibert Trekking et Terres d'Aventures) ;

- Le département est en tête de la région Auvergne Rhône Alpes pour la formation, avec 160 stagiaires sur 10 stages différents et 375 journées de formation ;

- 43 clubs, 4265 adhérents (en progression de 6,47%) ;

- Création du GR « Grands Lacs de Savoie » (du Léman, à Aiguebelette, en passant par les lacs d'Annecy et du Bourget). Objectif 2021.

- Numérisation, mise à jour des topos guides, nouveau cursus de formation font l'objet d'efforts conséquents.

**Fête de la randonnée du CDRP 74 le 2 juin aux Brasses**

## AGENDA 2019

### « De Stevenson au Quercy-Périgord en passant par le Colorado Provençal »

Pour cette année, les voyages proposés seront circonscrits aux limites de la métropole.

Trois séjours permettront à presque 50 adhérents (49 exactement !) de découvrir ou redécouvrir nos belles régions de France.

A noter, en mai, l'originalité de la randonnée itinérante sur **les chemins de Stevenson**, puisqu'elle s'effectuera avec comme compagnons des randonneurs des ânes !

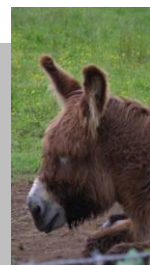
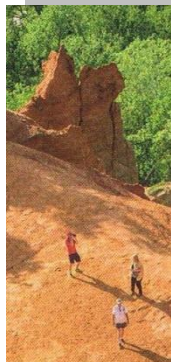
Ils donneront à certains l'occasion d'assurer la responsabilité de leur conduite mais aussi de leur alimentation, leur entretien...

Le séjour au **Colorado Provençal** ne manque pas d'originalité non plus. Durant 3 jours de Viens à Rustrel en passant par Gargas et les mines De Bruoux, c'est un retour vers l'histoire, au cœur du Lubéron, où les ocres ont été extraits pendant près de 3 siècles.

Le **Quercy - Périgord** sera le dernier acte des randonneurs de La Cha.

Collonges La Rouge, Rocamadour, Lascaux... autant de sites remarquables qui sont proposés pour cette semaine de randonnée en septembre.

Gageons que tous ces séjours vont ravir les participants mais aussi les membres du club, lors des reportages photos de la prochaine assemblée générale !



### **Reprise de la Marche Nordique**

A compter du 6 avril 2019

Tous les samedis à 13h45

(Informations données la veille par SMS par l'animateur)

Inscriptions auprès de Michelle Thomé

Licence obligatoire

### **Reprise de l'entretien des sentiers**

Un vendredi sur deux à compter du 26 avril 2019

Les volontaires sont les bienvenus

Contact : Bernard Rouffiac

## FÊTE DE LA RANDONNÉE : Dimanche 23 juin 2019

Retenez d'ores et déjà cette date importante pour la vie du Club et notez-la dans vos agendas, tablettes... **et faites-la connaître autour de vous !**



Jour	Dates	Randonnée	Départ Sentier	Dénivelé	Tps Montée	Tps total AR	Kms	Niveau			Observations	Animateur	Heure Départ	Kms A/R	Tarif/ Voiture
								EFFORT	TECH.	RISQUE					
<b>AVRIL</b>															
Mardi	2	<b>SIGNAL DES VOIRONS</b> – 1480m	Monastère de Bethléem BOEGE	430m	2h30	5h		3	2	2	IGN 3429 ET	Marie Thé	8h	125	50€
Mardi	9	Arrête du <b>TAILLEFER</b>	DUINGT 74	440m	2h	4h30		3	2	2	Circuit	Marie Thé	8h	48	19€
		<b>LE QUERMOZ</b> – 2297m	Plan des Heures/Navette AIGUEBLANCHE – 73	1050m	4h	6h30	12km	5	3	2	Raquettes	Bernard	7h	160	64€
Mardi	16	<b>BALCON DU SALEVE</b>	COLLONGES – Le Coin	630m	3h	4h30	8km	3	4	4	Passages aériens	Muriel	8h	90	36€
Mardi	23	<b>ROCHER DES MOILLATS</b>	TALLOIRES - Ecole	600m	2h30	4h30	9km	3	2	3	Circuit – IGN 3431OT	Gérard	8h30	25	10
Mardi	30	<b>CHAOS DU CHERAN</b>	CUSY – Pont de l'Abime	210m		4h	6km	2	2	2	A la découverte de ce site classé- le Chéran, rivière sauvage.	François	8h30	70	28€
<b>MAI</b>															
Mardi	7	<b>Le NIVOLET</b> 1545m	Pragondran	890m	3h	5h	11	4	4	4	Passage vertigineux équipé - Circuit-IGN 3330T	Gérard	7h30	140	56€
Mardi	14	<b>LES TEPPE DE LA REPENTANCE</b>	Malagny VIRY	150m		4h	9 km	2	2	2	Carte d'identité – Site protégé – Espèces rares- Chaussures crantées - Circuit	Odile	8h30	100	40
Mardi	21	<b>COL DE LA FRASSE</b> – 1400 m	ENTREVERNES	260 m	1h30	2h30	3,5	2	2	2	Circuit – IGN 3431 OT	Bruno	9h00	70	28 €
Mardi	28	<b>TRE LE SAIX</b> 1657m	BELLEVAUX -Lac de Vallon	600m	2h30	4h30	10km	3	2	2	Circuit - 3429ET	Monique	7h30	150	60€
<b>JUIN</b>															
Mardi	4	<b>CROIX CARTIER</b> – 1834 m	CHAUCISSE	750 m	3h00	5h00	10,5	4	3	3	Circuit – IGN 3432 OT	Bruno	8h00	102	41 €
Mardi	11	<b>TOUR DU SULENS</b>	Plan Bois – LES CLEFS	640m		4h	12km	3	2	2	Circuit	Daniel	8h00	38km	15€
		<b>DE SAINT PIERRE AU PARADIS</b>	SAINT PIERRE DE CURTILLE	250m		3h	7km	2	2	2	Circuit – IGN 3332OT	Odile	8h00	120km	48€
Mardi	18	<b>Rando commune avec le club de « Marche Filière »</b>						3	3	3	A DEFINIR	Bernard			
Dimanche	23	<b>FÊTE DE LA RANDONNEE</b>	DINGY SAINT CLAIR									Tous			
Mardi	25	<b>MONT PINET</b> 1867m	La Plagne - Chartreuse	772m	2h30	4h30	10km	4	2	2	IGN 3333OT	Michelle	7h	180km	72
<b>JUILLET</b>															
Lundi - Mardi	1 - 2	<b>COL ROUGE</b> (Vanoise). Nuit au Refuge du Saut en demi-pension. Coût : environ 45€. (15 places)	MERIBEL 73 Plan de la Tueda	J1 : 450m J2 : 600m	J1 : 2h J2 : 2h30			3	3	3	Inscription Marie Thé. email ou tél. Prise en compte après réception d'un chèque de 10€. Ordre : Randonneurs de La Cha. Adressé à Marie Thé	Marie Thé	8h00	170	68
Mardi	2	<b>ROCHE PARSTIRE</b> 2109m	Barrage de St Guerin 73	870m	3h	5h	15km	4	3	3	Circuit – IGN 3532OT	Monique	7h	155km	62
Mardi	9	<b>COL D'ARCLUSE</b>	Bellevaux – JARSY 73	870m	3h	5h30	15km	4	3	2	Possibilité de s'arrêter au croisement coté 1441m (D+ :540m)	Muriel	7h	118km	48

Cotation pour une préparation physique moyenne

Facile
Assez Facile
Peu Difficile
Assez Difficile
Difficile

Définitions et grille de cotation :

**EFFORT** : la difficulté « énergétique » de la randonnée pédestre.  
**TECHNICITÉ** : la difficulté « motrice » de la randonnée pédestre.  
**RISQUE** : la difficulté « psychologique » de la randonnée pédestre.



**Accueil ponctuel de personnes non licenciées :**

Les randonneurs à l'essai (c'est-à-dire qui viennent découvrir dans le but d'y adhérer et de se licencier) et les randonneurs inopinés (accompagnateur imprévu d'un licencié) peuvent être accueillis trois fois.

**CONSIGNES**

- En cas de mauvais temps, la sortie pourra être annulée
- Le regroupement avant le départ se fait depuis **le parking de l'entrée du village** de DINGY ST CLAIR, **¼ heure avant l'heure fixée sur le programme**
- La participation individuelle aux frais kilométriques se fait de la manière suivante : Nombre de voitures x Tarif divisé par le nombre total de participants  
Tarif km : 0,40 € **Prévoir de la monnaie**
- Inscription obligatoire la veille au soir auprès de l'animateur, avant 20 h**

**Vérifier l'horaire de départ avant chaque randonnée !**

**ANIMATEURS**

Bernard ROUFFIAC  
 Bruno PUECH  
 Daniel - Michelle THOMÉ  
 Evelyne MARCHAND  
 François TESSIER  
 Gérard MONGELLAZ  
 Marie-Thé GAY  
 Monique HALOUIIN  
 Muriel DAL GOBBO  
 Nicole CHARVET-QUEMIN  
 Odette DEGRANGE  
 Odile TOUSSAINT